Prolite – Pernah merasa enggak enak atau bahkan tidak nyaman ketika harus menolak permintaan orang lain?

Well, mungkin itu tanda bahwa kita termasuk dalam kategori *"People Pleaser,"* di mana kita cenderung melakukan segala cara agar orang lain senang, bahagia, atau puas, bahkan jika itu berarti kita harus mengesampingkan keinginan atau kenyamanan diri sendiri.

Fenomena ini sering banget terjadi dan bisa berdampak cukup besar pada kesejahteraan mental dan emosional kita, lho.

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan "Pace & Vibes", Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

Dalam artikel ini, kita bakal jalan-jalan ke dalam dunia *"People Pleaser"* dan menggali lebih dalam tentang ciri-ciri mereka.

Jadi, buat kamu yang suka ngerasa bersalah kalau harus menolak orang lain, yuk, simak terus artikel ini! Siapa tahu, ada insight baru yang bisa bikin hidup kamu jadi lebih adem dan nggak terbebani. *Stay tuned!*

Ciri-Ciri Si *People Pleaser*

Ilustrasi – ist

1. **Susah Banget Nolak Permintaan Orang Lain**

Jangan heran kalau temen-temen yang sering disebut *"people pleaser"* ini kadang-kadang berat banget buat bilang 'tidak.' Meskipun tahu bahwa mungkin itu bakal nggak nyaman atau gangguin waktu mereka sendiri, tapi rasanya kok sulit banget untuk ngebantah permintaan orang lain.

Baca Juga:Jerome Bruner dan Cara Belajar yang Membuat Siswa Berpikir, Bukan Sekadar Menghafal

2. **Takut Ditolak atau Gak Disukai**

Ketakutan buat nggak disukai atau ditolak sama orang lain seringkali jadi alasan utama mereka ngeyel. Mereka rela lakukan apa aja, meskipun itu bertentangan sama nilai atau keinginan pribadi mereka, demi dapetin perhatian dan cinta dari orang sekitar.

3. **Terlalu Peduli sama Opini Orang Lain**

Orang-orang ini punya radar super tajam buat nangkep apa yang orang lain pikirkan. Kadang-kadang sampe lupa sama keinginan sendiri karena keasyikan ngejar-ngejar pandangan dan pendapat orang lain. Capek, gak sih?

4. **Prsinsip Mereka : Konflik? *Better Run!***

Mereka lebih suka lari dari konflik daripada harus ngebuka kartu asli mereka. Harmoni di antara orang-orang di sekitarnya lebih penting daripada mengejar kebenaran atau keinginan sendiri. Jadinya, konflik jadi musuh nomor satu yang harus dihindari. Mendingan senyum-senyum aja deh, walau dalam hati rasanya kayak ngegigit lidah!

Akibat dari Perilaku *People Pleaser*

Sering Nggak Enakan ? Berikut 4 Ciri People Pleaser dan Akibatnya

Ilustrasi – Freepik

Baca Selanjutnya
DAM Resmi Memperkenalkan Honda EM1 e: dan EM1 e: PLUS